

Особенности подросткового возраста

В современных исследованиях выявлена прямая зависимость влияния семейного фактора на особенности развития ребенка. Каким будет наш человек - во многом зависит от родительской компетентности, от того насколько мама и папа знают и применяют технологии эффективного взаимодействия с ребенком, воспитания и развития. Родителям, для того чтобы быть успешными родителями, необходимо знать основы возрастной психологии, уметь выстраивать систему воспитания в семье, владеть технологиями взаимодействия с ребенком, а также широким арсеналом средств действия в конкретных ситуациях. Психологическая грамотность родителя во многом выступает залогом успешности ребенка и гармоничности отношений в семье. Вместе с тем, незнание родителями технологий и методов общения с ребенком зачастую приводит к серьезным трудностям детей – они становятся тревожными, агрессивными, перестают слушаться родителей, начинают конфликтовать с ними, а порой даже уходят из дома. Особенно это бывает в подростковом возрасте. Поэтому эффективная работа психолога невозможна без привлечения к ней родителей подростков. По сравнению с начальной школой, здесь возникает ряд сложностей, связанных, прежде всего, с тем, что родители тех подростков, которые действительно нуждаются в помощи психолога, по собственной инициативе обращаются к нему достаточно редко. Это связано и с большой занятостью родителей на работе, и с неверием в результативность психологической помощи, но наиболее частой причиной является неблагополучие в семье (которое чаще всего и служит прямой или косвенной причиной проблем подростка). Нередки также случаи, когда обращению мешают чувства стыда и вины, переживание себя как «неудачного, плохого, неумелого» родителя. Для родителей подростков мною разработаны советы, памятки, рекомендации, которые размещаются в информационном уголке «Советует и отвечает психолог». Хочу поделиться своими наработками, буду рада, если они кому-то пригодятся.

Особенности подросткового возраста

1. Подростков более всего интересует собственная личность. Вопросы «Кто я?», «Чем я отличаюсь от других?» становятся вопросами номер один.
2. Подростки более всего заняты выяснением и построением своих отношений с другими людьми. Дружба – главное, что их интересует.
3. Подростки – искатели смысла жизни. Их начинает волновать главный вопрос человеческого существования: «Зачем я живу? В чем мое предназначение?».
4. Подростки настолько поглощены своим половым созреванием, что вопросы отношений между мужчинами и женщинами занимают их более всего на свете.
5. Подростки постоянно конфликтуют с взрослыми.
6. Подростки чувствуют недостаток уважения к ним со стороны взрослых. Они хотят равноправных отношений с взрослыми.
7. Подростки постоянно думают о том, как их оценивают другие люди.

8. Подростки – существа безответственные. Они хотят иметь все права (как взрослые), и никаких обязанностей (как дети).

9. Подростки перенимают вкусы, взгляды, манеры своей компании; стесняются быть «не как все».

10. Подростки ищут свой жизненный стиль, оригинальничают, подчеркивают свое своеобразие, непохожесть на других.

11. У подростков появляется способность менять самих себя, заниматься самовоспитанием. Они становятся творцами, хозяевами, авторами собственной жизни.

Как помочь подростку?

Если Вы стали замечать, что Ваш ребенок стал излишне раздражительным, замкнутым и даже слегка агрессивным. Если он избегает под любым предлогом совместного с Вами времяпровождения, старается больше времени проводить в одиночестве. Если у ребенка снизилась успеваемость и появились проблемы в поведении в школе – это значит, у Вашего ребенка начались подростковые проблемы. Как же помочь подростку справиться со своим состоянием?

- Прежде всего, у него необходимо сформировать четкое убеждение, что его любят в семье и принимают таким, какой он есть, со всеми его проблемами и ошибками
- Необходимо показать своими поступками, что Вам можно доверять
- Создать комфортные условия и поддерживать его положительные начинания и поступки
- Попытаться превратить свои требования в его желания
- Культивировать значимость образования
- Стараться вкладывать в его сознание приоритеты
- Научиться задавать вопросы так, чтобы у подростка не возникло желания на них не отвечать или избегать разговора с Вами. Например, вместо вопроса: «Что ты сегодня получил?» лучше поинтересоваться: «Что сегодня было интересного в школе? Что тебе понравилось в школе, а что нет?»
- Ребенок не должен бояться ошибиться или сказать Вам правду, какая бы она ни была
- Никогда не ругайте ребенка обидными словами и не оскорбляйте его достоинства
- Не ставьте ему в пример его друзей или знакомых
- Всегда старайтесь положительно оценивать своего ребенка, даже если Вам кажется, что он в чем-то некомпетентен. Замечания должны звучать не как обвинения
- Хвалить надо исполнителя, а критиковать только исполнение. Хвалить надо персонально, а критиковать – безлично.
- Живите во имя своего ребенка

- Проявляйте к нему максимум внимания, переживайте за каждую его неудачу вместе с ним и радуйтесь даже незначительным его успехам
- Объединяйтесь с ребенком против его трудностей. Он должен видеть в Вас союзников, а не противников или сторонних наблюдателей
- Верьте в своего ребенка, и тогда он точно почувствует, что дома ему лучше, чем во дворе, ведь дома его любят, принимают и уважают

Успехов Вам!

Памятка о воспитании подростков

1. Не ставьте на подростке «крест», ведь его обостренное самолюбие и социальная позиция – это результат «трудного возраста».
2. Любите подростка и принимайте его таким, как он есть – со всеми его достоинствами и недостатками.
3. Опирайтесь на лучшее в подростке, верьте в его возможности.
4. Стремитесь понять подростка, заглянуть в его мысли и чувства, ставьте себя на его место.
5. Создайте условия для успеха ребенка-подростка, дайте ему возможность почувствовать себя сильным, умелым, удачливым.
6. Не сравнивайте подростка с другими детьми. Помните, что каждый ребенок уникален и неповторим.
7. Не унижайте и не оскорбляйте подростка (особенно в присутствии сверстников).
8. Будьте самокритичными, принципиальными, старайтесь настолько укрепить доверие подростка, чтобы он делился с Вами своими возможными неприятностями и переживаниями.

Станьте ему «добрым другом и советником».